



# TEAG MAGAZIN

## Schwere- los

schwebt Apnoe-Taucherin Juliane Stein durchs Wasser. Sie spart Sauerstoff, indem sie ihren Puls durch eine spezielle Atemtechnik runterfährt. Wie auch Sie in schweren Zeiten Energie sparen, lesen Sie in diesem Heft.

### **Energiespartipps**

Energie ist kostbar – mit Tipps in diesem Magazin sparen Sie Geld und Ressourcen.

### **Minimalistisch**

Weniger ist mehr, lautet das Motto, wenn man sich von einigen Dingen frei macht.



# Ein Spar- schwein



**Foto** H. Arnold, Thüringisches Landesamt  
für Denkmalpflege und Archäologie, Weimar

# Ge



**Die Deutschen sind ein sparsames Völkchen.** Zum Ende des Jahres 2021 belief sich die Summe des Geldvermögens (Bargeld und Girokonten) der Privathaushalte auf rund 2.148,6 Milliarden Euro. Gespart wird hierzulande übrigens schon lange: Das älteste in Deutschland gefundene Sparschwein stammt aus Billeben im Kyffhäuserkreis. Die Forscher gehen von einer Entstehung im 13. Jahrhundert aus. Die hochmittelalterliche Tonplastik mit einer Länge von rund 20 cm befindet sich im Depot des Museums für Ur- und Frühgeschichte in Weimar. Und wer auf dem Dachboden noch ein mit D-Mark gefülltes Sparschwein findet, kann es schlachten und den Betrag in einer Filiale der Deutschen Bundesbank umtauschen. Immerhin verstecken sich noch 13 Milliarden D-Mark in Sparschweinen oder Sparstrümpfen.

# schichte mit

– Ausgabe 2 | 2022 –

Schwerpunkt:

# Sparsam- zeit



6

## Wir sind für Sie da

Lesen Sie hier, was die TEAG in der aktuellen Energiekrise unternimmt.

8

## Es klappert die Mühle ...

Familie Jakobi ist fast energieautark – auch dank Wassermühle.

14

## So sparen wir Energie

Sieben TEAG-Mitarbeiter geben ganz persönliche Energiespartipps.

24

## Klein, aber oho

Lisa Gehlau beweist mit ihren Tiny Houses: Platz ist in der kleinsten Hütte!

26

## Fast wie neu

Repaircafés haben Konjunktur. Ein Besuch in Gotha zeigt, warum.

29

## Neues aus der TEAG

Thüringen<sup>2</sup> bedeutet Ökostrom und Glasfaser im Doppelpack. Weitere Neuigkeiten Ihrer Energieexperten im Überblick



/ 26 /

/ 8 /



/ 24 /



**Impressum** Herausgeber: TEAG Thüringer Energie AG, Schwerborner Straße 30, 99087 Erfurt, Telefon Kundenservice: 03641-8171111, elektronischer Kontakt: kundenservice@teag.de, www.teag.de. Wird kostenlos verteilt. Redaktion: Janine Mann, in Zusammenarbeit mit trurnit Leipzig GmbH, Layout: Nina Döllein (trurnit GmbH | trurnit Publishers), Druck: Evers-Druck GmbH, Meldorf, Auflage: 526.500 Exemplare Fotos: Titel: Stephan Ernst/ niceland studio, Seite 7, 14/15: Guido Werner, Seite 19: stock.adobe.com – Sergey Ryzhov, Seite 22: iStockphoto – Maria Korneeva, Seite 34: Oliver Farys, ME Fotografie Michael Erbe, Seite 35: iStock.com – spyder24, stock.adobe.com – Nick Dale, stock.adobe.com – Danny Ye. Der für die TEAG gültige Verhaltenskodex ist unter www.teag.de einseh- und abrufbar.



“

## -Weniger- ist mehr

Sparen ist das Gebot der Stunde. Es ist das effektivste Mittel, der instabilen Situation auf dem Energiemarkt entgegenzuwirken. Jede eingesparte Kilowattstunde hilft Ihnen, die Energiekosten auf einem zu bewältigenden Niveau zu halten und bedeutet gleichzeitig für uns alle einen wichtigen Schritt in Richtung Unabhängigkeit und Klimaschutz. Dabei kann jeder Einzelne von uns jetzt viel tun. Ich lasse beispielsweise das Auto stehen, steige aufs Rad oder gehe zu Fuß. Klar – viele von Ihnen sind auf das Auto angewiesen. Aber Sparmöglichkeiten gibt es viele. Und manche schränken Sie auch im Alltag nicht ein. In unserem Magazin dreht sich alles ums Thema „Sparen“. Je mehr Menschen dabei mitmachen, desto eher lässt sich diese Krisenzeit ohne weitreichende Einschränkungen überstehen.

**Janine Mann,  
Redaktionsleitung  
TEAG-Magazin  
(redaktion@teag.de)**

“

# Wir sind für Sie da



**Wir stecken mitten in einer Energiekrise. Die TEAG setzt alle Hebel in Bewegung, um die Menschen, Unternehmen und Kommunen in Thüringen zuverlässig mit Energie zu versorgen.**

## -Aktuell- informiert

Die Inhalte in diesem TEAG Magazin stellen den aktuellen Stand zum Redaktionsschluss am 25.08.2022 dar. Informieren Sie sich auf unseren Serviceseiten im Internet zur aktuellen Lage und holen Sie sich weitere nützliche Energiespartipps.

Neueste Entwicklungen auf dem Energiemarkt:

➔ [www.teag.de/Privatkunden/Service/Entwicklungen\\_Energiemarkt](http://www.teag.de/Privatkunden/Service/Entwicklungen_Energiemarkt)

Energiespartipps der TEAG:

➔ [www.teag.de/Privatkunden/Service/Energiesparen](http://www.teag.de/Privatkunden/Service/Energiesparen)

**D**eswegen bereiten wir uns bereits seit dem Beginn des Krieges in der Ukraine auf mögliche Lieferengpässe vor.

Dazu hat die TEAG einen Krisenstab eingerichtet, der die Lage bewertet und in Zusammenarbeit mit den energiewirtschaftlichen Verbänden und der Politik Maßnahmen vorbereitet. Darüber hinaus steht die TEAG auch im engen Austausch mit den Thüringer Kommunen und Industriekunden, um alle Beteiligten auf einen Versorgungsengpass bestmöglich vorzubereiten.

Prognosen sind in diesen Tagen nur von kurzer Dauer. Zwar kann der Markt die Gas-Nachfrage derzeit vollständig bedienen, allerdings hat sich die generelle Gas-Versorgungslage in Deutschland verschlechtert. Dies hängt insbesondere mit der Drosselung der Gasmengen zusam-

men, die durch die Pipeline Nord Stream I von Russland nach Deutschland fließen.

Das Gebot der Stunde heißt deshalb Energiesparen. Laut der Energiewechsel-Kampagne des Bundesministeriums für Wirtschaft und Klimaschutz verbrauchen die deutschen Haushalte rund 670 Terawattstunden Energie im Jahr für Wärme und Strom. Eine große Zahl. Sie lässt sich aber schon mit vielen kleinen Energiesparmaßnahmen, die jeder im Alltag umsetzen kann, deutlich senken. Wir lassen Sie in dieser Situation nicht allein, sondern stehen mit Rat und Tat zur Seite. Deshalb finden Sie auf den folgenden Seiten viele Tipps und Beispiele, mit denen Sie Energie und Geld sparen können – angefangen bei kleinen Alltagstipps bis hin zu effizienten und nachhaltigen Energielösungen für Ihr Zuhause.



**Mehr als 1.900 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind bei der TEAG und ihren Tochterunternehmen für Ihre zuverlässige Energieversorgung im Einsatz.**

## **Der richtige Abschlag schützt vor hohen Nachzahlungen**

Auch die TEAG musste ihre Energiepreise zuletzt erhöhen. Die Preisanpassungsschreiben haben die Kunden per Post erhalten. Um hohe Nachzahlungen bei der Jahresendabrechnung zu vermeiden, hat die TEAG ebenfalls die Abschlagszahlungen ihrer Kunden angepasst und darüber per Post informiert. Aber keine Sorge, wenn Sie eine andere Abschlagshöhe wünschen, können Sie den Abschlag selbstständig anpassen. Nutzen Sie dafür einfach das EnergieBanking der TEAG.

➔ [www.teag.de/Privatkunden/Service/EnergieBanking](http://www.teag.de/Privatkunden/Service/EnergieBanking)

## **Private Haushalte sind im Notfallplan Gas geschützt**

Weil Russland seine Erdgaslieferungen nach Deutschland gedrosselt hat, rief die Bundesregierung am 23. Juni 2022 die Alarmstufe des Notfallplans Gas aus. In dieser Stufe kümmern sich die Marktakteure noch in Eigenregie um eine Bewältigung der Lage. Sollte sich die Lage weiter zuspitzen und es zu einer Gasmangellage kommen, kann die Bundesregierung die Notfallstufe ausrufen. Die Bundesnetzagentur wird dann von der Politik beauftragt, die Verteilung von Gas zu regeln, um die Versorgung abzusichern. Dabei sind bestimmte Verbrauchergruppen besonders geschützt – diese sind möglichst bis zuletzt mit Gas zu versorgen. Dazu gehören private Haushalte, aber auch Krankenhäuser, die Feuerwehr und die Polizei oder Gaskraftwerke, die zugleich der Wärmeversorgung von Haushalten dienen.

Sparsamzeit



# Umdenken für die Umwelt





**Text** Andreas Göbel  
**Fotos** Guido Werner

## **Drei Photovoltaik-Anlagen, zwei Mühlräder und Selbst- anbau im heimischen Garten: Die Familie Jakobi aus Motzlar zeigt anschaulich, dass Nach- haltigkeit Spaß machen kann.**

**E**in wenig Bilderbuchromantik kommt bei einem Besuch bei Familie Jakobi in Motzlar fast zwangsläufig auf: Direkt vor der Haustür schlängelt sich die Ulster durch den kleinen Ort im äußersten Westen Thüringens. Gedämpft ertönt das Klappern von Mühlrädern aus der ehemaligen Mühle. Über Jahrhunderte hinweg wurde hier Korn gemahlen, Holz geschnitten und Strom erzeugt. Bis heute ist das alte, mit Wein umwucherte Mühlhaus aus Backstein weitgehend unverändert erhalten. Die modern renovierte Scheune mit der großen Photovoltaik-Anlage liefert einen ersten Hinweis darauf, dass Familie Jakobi versucht, in Sachen Energie eigene Wege zu gehen.

### **Mit ein wenig Umdenken lässt sich vieles erreichen**

„Unser Ziel ist es, autark und ressourcenschonend zu leben“, erzählt Andrea Jakobi bei einem Kaffee auf der Terrasse des Wohnhauses gegenüber der Mühle. Beim Betreten des Gartens wird klar, wie weit sie auf diesem Weg schon sind: Auch die Dächer dieses Hauses sind fast vollständig mit zwei großen Photovoltaik-Anlagen bestückt. Im großzügigen Gemüsegarten baut die Familie Zwiebeln, Kartoffeln und vieles mehr an. An den Garten grenzt der Stall für die Enten, hinter der Mühle leben 25 Hühner auf einer riesigen Wiese. Die Familie fährt ausschließlich vollelektrische Autos, in der Scheune stehen zwei E-Bikes. Urlaubsfahrten unternehmen die Jakobis schon seit Jahren ausschließlich mit



”

**Man muss  
nur ein  
bisschen  
umdenken,  
um viel zu  
verändern.**

“

dem Zug. „Bei unserem letzten Urlaub mit dem Flugzeug vor 25 Jahren war der Flieger nur mit etwa 40 Leuten besetzt – da fragt man sich schon, ob das sein muss.“

Auch beim Einkaufen versucht die Familie, so weit wie möglich auf Plastik zu verzichten. „Wir haben die Erfahrung gemacht, dass man eigentlich nur ein kleines bisschen umdenken muss, um vieles zu verändern“, erklärt Andrea Jakobi. „Mit der Zeit geht das in Fleisch und Blut über.“ Diese Einstellung habe inzwischen auch auf die beiden Kinder abgefärbt, wenngleich das nicht immer reibungslos ablaufe. Als ihr Sohn seinen Führerschein gemacht hat, wollte er zunächst von E-Autos nichts wissen. „Wir haben damals viel diskutiert – schon da war abzusehen, dass Benzin immer teurer wird.“ Schließlich ließ sich der Sohn doch überzeugen. Ihre Tochter pendelt jeden Tag mit ihrem E-Auto nach Fulda und zurück. „Wir mussten versprechen, dass sie für Urlaubsfahrten unseren E-Kia nutzen kann, weil der eine höhere Reichweite hat. Damit war sie dann auch einverstanden.“ Heute seien alle sehr glücklich mit dieser Entscheidung.

**Andrea und  
Stefan Jakobi:  
„Unser Ziel ist es,  
autark und res-  
sourcenschonend  
zu leben.“**



### **Keine Angst vor der Energiewende**

Der Blick in die angrenzenden Gärten zeigt, dass eigentlich viele der Bewohner des ehemaligen Sperrgebiets einen Sinn für die Weiternutzung vorhandener Ressourcen haben: Überall sind Teile der früheren Grenzzäune verbaut – mal als Gartentor, mal als Komposthaufen. „In Sachen Energie sind viele Menschen aber leider sehr zurückhaltend“, erklärt Stefan Jakobi und deutet auf die Hausdächer der Umgebung. „Alle diese Dächer könnten schon voller Solarpanel sein. Aber die meisten haben Angst, sich darauf einzulassen.“ Das gleiche gelte beim Thema Mobilität: 2015 hat die Familie ihr erstes vollelektrisches Auto angeschafft – vier Jahre lang seien sie damit die einzigen im gesamten Amtsgebiet Geisa gewesen.

Natürlich sei die Mühle, die sich schon seit dem 18. Jahrhundert in Familienbesitz befindet, ein Glücksfall, meint Stefan Jakobi. Gleiches gelte für den Umstand, dass die Hausdächer die richtige Ausrichtung für den optimalen Ertrag an Sonnenenergie bieten. „Aber jeder, dem es möglich ist, sollte sich für Photovoltaik entscheiden. Die erste Anlage haben wir 2011 installieren lassen, bis heute funktioniert alles ganz ohne Probleme.“ Das Potenzial sei riesig, die Menschen aber oft zu zögerlich.

### **Restaurierung der Mühle war ein Kraftakt**

Die lange Müllertradition der Familie hat sicherlich auch einen Teil zur Entwicklung beigetragen: Im 16. Jahrhundert wurde die Mühle der Jakobis das erste Mal erwähnt, seit dem 18. Jahrhundert ist sie im Familienbesitz. Die größte Zäsur kam im Jahr 1961, als Stefan Jakobis Großvater enteignet wurde. 1979 konnte sein Vater das Grundstück wieder zurückkaufen, die Mühle blieb aber in Staatsbesitz. Als die Mühle 1991 schließlich wieder an seine früheren Besitzer ging, war nicht mehr viel übrig: „Alles Brauchbare war mitgenommen worden, übrig blieb nur Schrott“, erinnert sich Stefan Jakobi. Selbst die Schaufeln der beiden mächtigen Mühlräder aus dem Jahr 1912 waren marode. „Es war jede Menge Arbeit, alles wieder herzurichten.“ 2009 ging schließlich das erste der beiden Mühlräder ans Netz. 2011 wurde die erste PV-Anlage errichtet, zwei weitere folgten 2016 und 2021.

„Anfangs wollten wir einfach einen Beitrag zur Energiewende leisten. Heute machen wir das aus Überzeugung“, erklärt Andrea Jakobi. Zwei der Anlagen speisen ihren Strom direkt ins Netz ein, die Dritte wird vor allem für das Laden der Elektroautos genutzt. Das Wasser deckt zuverlässig den Strombedarf für das

## Sparsamzeit



**O b e n**  
Das Wasser der Ulster treibt zwei große Mühlräder an. Durch sinkende Wasserstände drehen die sich inzwischen viel langsamer als noch vor wenigen Jahren.

**M i t t e**  
Seit sieben Jahren sind die Jakobis bereits elektrisch unterwegs.

**U n t e n**  
Zeitreise: Der Blick in die Scheune lässt die lange Familiengeschichte lebendig werden.



Hier geht's weiter



## -Thüringer- Wasser- kraft

Rund 7.500 Wasserkraftanlagen gibt es in Deutschland, davon etwa 180 in Thüringen. Die drei Laufwasserkraftwerke der TEAG in Falken, Spichra und Mihla erzeugen mit der Energie der Werra jährlich bis zu elf Millionen Kilowattstunden CO<sub>2</sub>-freien Ökostrom, der in das Netz der TEAG eingespeist wird.

tägliche Leben, der Rest fließt ebenfalls ins Netz. Geheizt wird mit einer Scheitholz-Anlage mit Wärmepumpe. Als Brennstoff dient vor allem altes Bauholz. Probleme bereitet die anhaltende Trockenheit: Während mit der Wasserkraft normalerweise sechs kW/h erzeugt werden können, ist der Ertrag mit dem Stand der Ulster auf gerade mal 1,5 kW/h gesunken. Die frühere Jahresleistung habe sich inzwischen halbiert. „Schon bei der Trockenheit 2003 hat mein Großvater gesagt, dass er in seinem Leben die Ulster noch nie mit so wenig Wasser gesehen hätte. Heute passiert das praktisch jedes Jahr.“

Wer glaubt, dass für die Jakobis mit drei Solaranlagen und zwei Mühlen-Generatoren nun das Ende der Fahnenstange erreicht ist, täuscht sich: Um das Gefälle des Mühlgrabens, der die Räder mit Wasser versorgt, optimal auszunutzen, wollte das Ehepaar ein drittes Rad installieren. Da seien die Kosten aber schlicht zu hoch gewesen. Stattdessen liebäugelt Stefani Jakobi nun mit einer neuen Idee: „Ich wollte immer schon ein Windrad. Mal sehen, ob wir das noch umsetzen“, erklärt er mit einem Augenzwinkern. —



Familie Knolle hat Beratung und Service der TEAG-Energieexperten genutzt.  
 \*Seit 15.08.2022 gelten neue Fördersätze bei der Gebäudeförderung (BEG). ➔ [www.bafa.de](http://www.bafa.de)



Sie möchten auch vom Beratungsservice und den Angeboten der TEAG profitieren? Einfach den QR-Code scannen.

**Text** Lars Schuster, Anna Victoria Behr (TEAG)

**Fotos** Bertram Bölkow, Maire Gador

## Mit einer Luftwärmepumpe fast energieautark

„Wir blicken recht entspannt auf den kommenden Winter“, sagt Andreas Knolle. „Dann zeigt unsere neue Luftwärmepumpe was sie kann.“ Die Knolles sind dieses Jahr in ihr neues Zuhause in Bramenau bei Gera eingezogen. Ein Einfamilienhaus – im Jahr 1999 gebaut und durch die Knolles modernisiert. „Fassade, Fenster, Dach waren OK, aber im Inneren haben wir kernsaniert. Und wir machten uns Gedanken über unsere Energieversorgung. Wir haben uns gefragt, wie viele Abhängigkeiten wir uns leisten wollen.“ Nicht viele, war die Antwort der Knolles, und so ist neben der Luftwärmepumpe auch eine PV-Anlage in Planung, die im Herbst aufs Dach soll. „Damit sind wir zum großen Teil energieautark.“ Bevor die Handwerker anrückten, hat Andreas Knolle die Energieexperten der TEAG kontaktiert. „Wir haben bei der TEAG den Sanierungsfahrplan gebucht.“ Dabei nimmt ein Experte das Haus unter die Lupe und zeigt auf, wo Modernisierungen nötig sind. Da die Knolles auch die umfangreiche Beratung des TEAG FördermittelServices – Heizung nutzten, winkt ein Investitionszuschuss von 50 Prozent\*. „Die genaue Fördersumme wissen wir aber noch nicht, da bislang nicht alle Handwerkerrechnungen im Briefkasten sind.“

## Mit der BlowerDoorAnalyse undichte Stellen finden

Schon bei der Planung des Eigenheims am Rande Erfurts war Familie Polster klar: „Wir heizen mit einer klimafreundlichen Luftwärmepumpe.“ Damit diese auch möglichst energieeffizient, nachhaltig und kostensparend arbeiten kann, haben sich die Eigentümer für eine BlowerDoorAnalysePlus im Auftrag der TEAG mit anschließender Leckageortung entschieden. Dabei findet der Sachverständige Lutz Weidner im Auftrag der TEAG mittels Unterdruck heraus, wie viel Luft trotz geschlossener Fenster und Türen durch Lecks in der Gebäudehülle ins Haus strömt. Im Fall von Familie Polster zeigte die Prüfung einen guten Wert mit Blick auf die Luftdichtheit des Hauses an. Ein paar undichte Stellen wie z. B. an Steckdosen oder Türen fanden sich trotzdem. Die Empfehlung des Fachmanns: „Am besten man führt die BlowerDoorAnalyse einmal baubegleitend und einmal im fertigen, bezogenen Haus durch.“ Schöner Nebeneffekt: Die BlowerDoorAnalyse kann auch zum Gebäudeschutz beitragen, da sich Schimmelpilzbildung an undichten Stellen verhindern lässt.



Der QR-Code bringt Sie ins Zuhause der Polsters. Hier erfahren Sie auch mehr zur BlowerDoorAnalyse der TEAG.

Alles dicht? Familie Polster ließ sich diese Frage mit der BlowerDoorAnalyse der TEAG beantworten.

# So sparen wir Energie

Energiesparen ist das Gebot der Stunde. Auch die Mitarbeiter der TEAG haben einige Alltagstipps auf Lager.

Fotos Guido Werner



## Selbst ist die Frau

Die Haare färbt meine Mutter. Das spart teure Frisörkosten. Angesichts der hohen Spritkosten geht's in der Fahrgemeinschaft zur Arbeit. Da ist der Weg zum Job auch viel kurzweiliger.

**Johanna Paasch** Dispatcherin bei der **TEN Thüringer Energienetze**



## „Mensch ärgere dich nicht“

Am Abend einfach mal den Fernseher auslassen und stattdessen ein gutes Buch lesen, Freunde treffen oder wieder eine Runde „Mensch ärgere dich nicht“ mit der Familie spielen. Früher ging es doch ohne TV-Dauerbetrieb auch ganz gut – habe ich mir sagen lassen.

**Domenic Buchholz** Servicetechniker bei der **Netkom Kundenservice Ost**



## Wir sind so ziemlich durchoptimiert

Wir suchen an mehreren Ecken Einsparpotenziale: Ich selbst dusche immer lauwarm statt heiß. Wir heizen nur die Räume, in denen wir uns auch aufhalten. Im Flur bleibt die Heizung also kalt. Wir gehen lieber öfter einkaufen, um besser abschätzen zu können, was wir brauchen. So werfen wir so wenig wie möglich Lebensmittel weg.

**Sylvia Thiessenhusen** Betriebsärztin



## Mit Köpfchen

Nicht jeder Duschgang muss einem Spa-Besuch gleichen. Und wassersparende Duschköpfe bewirken Wunder. So können bis zu 25% der Warmwasserkosten gespart werden.

**Tim Hirth** Projektleiter bei der  
**TWS Thüringer Wärme Service**



## Auto ausrollen lassen

In meinen jungen Jahren bin ich gerne schnell gefahren. Heute bin ich auf der Straße entspannt unterwegs – einerseits aus Verantwortung gegenüber unserer Umwelt, andererseits aber auch mit Blick auf den Geldbeutel. Ich habe ein persönliches Tempolimit von 125 km/h auf der Autobahn, fahre vorausschauend und lasse das Auto einfach mal ausrollen, wenn ich auf ein Ortsschild oder eine rote Ampel zufahre.

**Julian Schaal** Referent für Mobilitätskonzepte



## Sonnenstrom vom Balkon

Ich habe mir ein kleines Balkonkraftwerk bestellt. Eine solche PV-Anlage erzeugt immerhin bis zu 550 kWh Sonnenstrom pro Jahr. Um Heizkosten zu sparen, habe ich mir eine Smart-Home-Steuerung zugelegt. Zudem bin ich vor einem Jahr auf ein effizientes E-Auto umgestiegen.

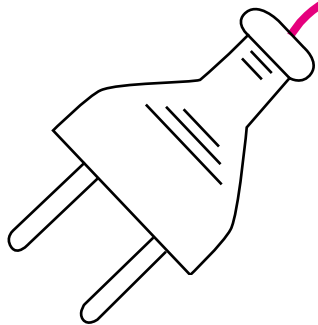
**Xander Stecklina** Referent Steuerung Forderungsmanagement im Bereich Recht/Versicherungen



## Nachhaltig gewickelt und gut gekühlt

Wir haben im Mai erst Nachwuchs bekommen und uns als Eltern bewusst entschieden, Stoffwindeln zu verwenden. Das schont die Umwelt und unseren Geldbeutel. Im Sommer hatte ich außerdem auch immer viele gut gekühlte Getränke im Kühlschrank. Die erfrischen nicht nur, sondern speichern wie ein Akku die Kälte – deswegen verbraucht ein voller Kühlschrank immer etwas weniger Energie als ein leerer.

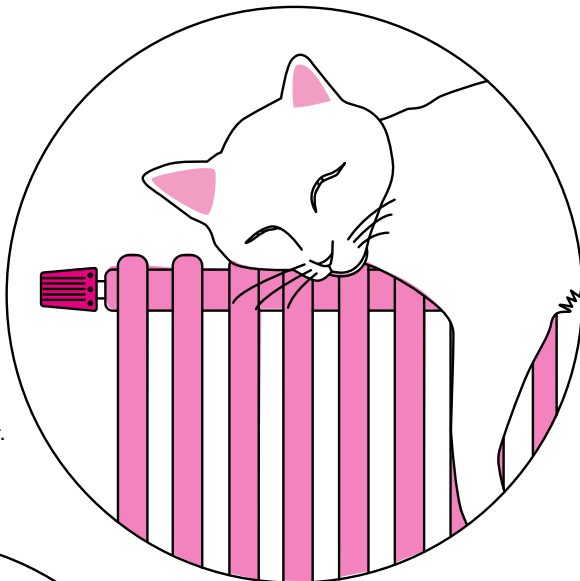
**Sebastian Möcker** Fachgebietsleiter Energiebeschaffung



**Jede gesparte Kilowattstunde reduziert CO<sub>2</sub>-Emissionen, schont das Klima und den Geldbeutel. Mit diesen Tipps sinkt Ihr Verbrauch.**

**Automatische Wärme**

Wenn der Wecker zum Aufstehen klingelt, soll es im Bad schon mollig warm sein? Über programmierbare Thermostate an den Heizkörpern lassen sich Temperatur und Heizzeit für jeden Raum individuell einstellen. Das senkt die Heizkosten um bis zu zehn Prozent. Weitere sechs Prozent spart jedes Grad weniger.



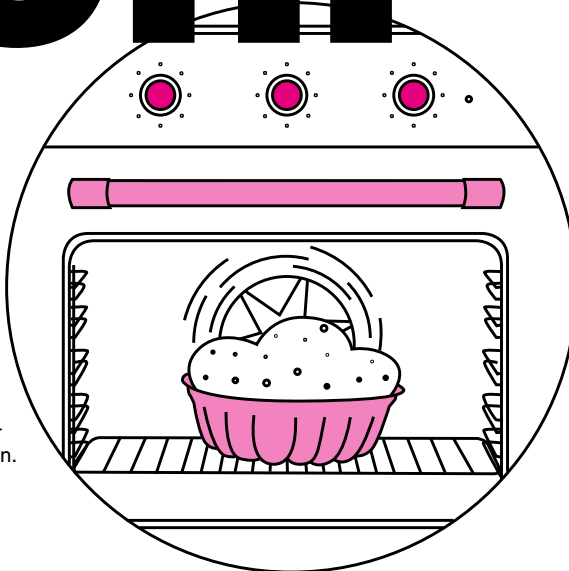
**Sparsamer Tellerwäscher**

Die Ressourceneffizienz einer modernen Spülmaschine schlägt jeden geübten Handabwäscher: Sie reinigt zwölf Maßgedecke (Standardeinheit für den Vergleich von Spülleistungen) mit nur einer Kilowattstunde Strom und 10 Liter Wasser. Bei Schwamm und Bürste braucht es nicht nur doppelt so viel Nass, sondern auch 40 Prozent mehr Energie – und jede Menge Freizeit.

# Weniger ist mehr

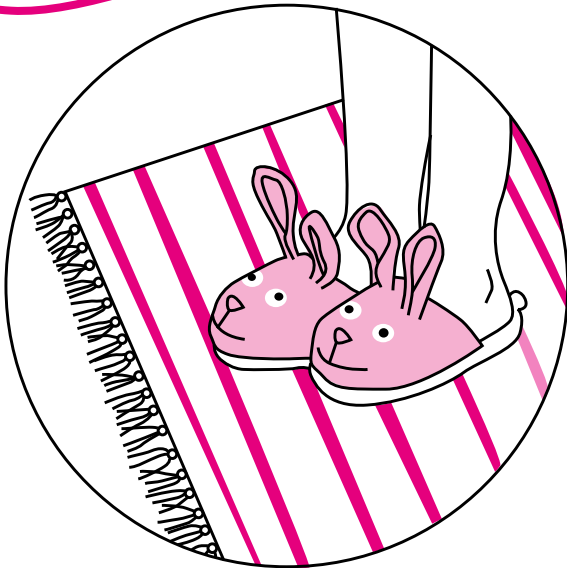
**Nichts als heiße Luft!**

Wer beim Backen Strom sparen will, benutzt Umluft statt Ober- und Unterhitze. Die Wärme verteilt sich gleichmäßiger – dadurch braucht es für das gleiche Ergebnis 20 bis 30 Grad weniger. Fünf bis zehn Minuten vor Ende der Garzeit den Ofen einfach ausschalten: Das spart 20 Prozent Energie und lässt Auflauf, Kuchen und Co. trotzdem schön knusprig werden.



Text Maria Posselt  
Illustration Julia Friese



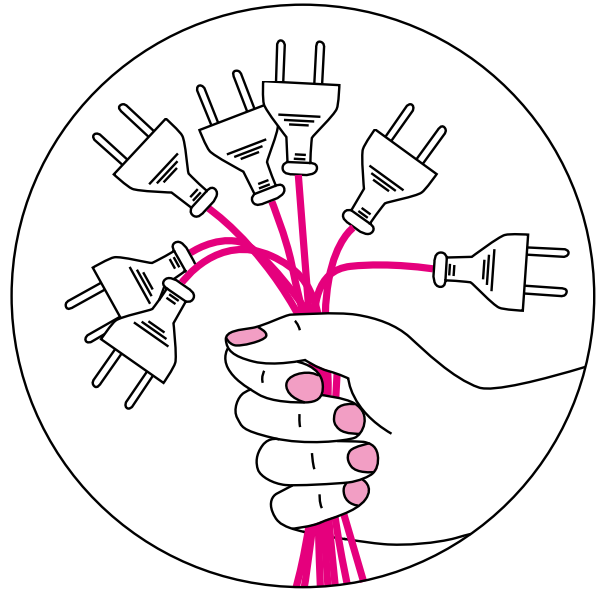


### Fußwärmer zum Ausrollen

Nicht jeder kommt zu Hause in den Genuss einer Fußbodenheizung. Dann werden die selbstgestrickten Socken von Oma oder die alten Filzpanntoffeln rausgekramt. Dabei kann man auch einfach schicke Läufer und Teppiche ausrollen: Räume mit Teppichboden fühlen sich nämlich zwei Grad wärmer an als Räume mit Stein- oder Fliesenboden.

### Schlafende Stromfresser

Fernseher, Laptop und Stereoanlage ziehen selbst im Schlummermodus noch Strom aus der Steckdose. Laut co2online verbrauchen Geräte im Stand-by-Modus in einem Dreipersonenhaushalt sogar etwa 360 Kilowattstunden pro Jahr. Das macht acht Prozent der Stromrechnung aus. Da hilft nur eins: Stecker ziehen!

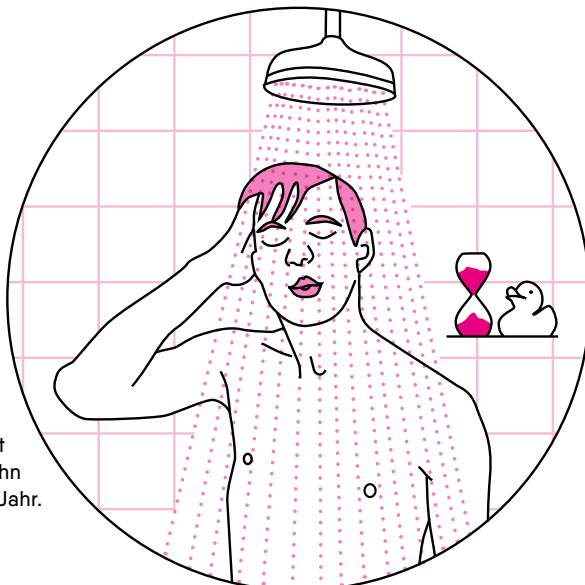


### Spartipp für Handwerker

Kann man sogar selber machen: die Kellerdecke von unten dämmen. Dafür einfach geeignete Dämmplatten vollflächig an die Decke kleben. Warum das Ganze? Durch eine nicht isolierte Kellerdecke gehen schon einmal bis zu zehn Prozent Wärme verloren.

### Zeit ist Geld

Ein Bad in der Wanne ist toll, beim Duschen halbieren sich allerdings die Heizkosten fürs Wasser. Deshalb lieber nur kurz abbrausen: Ein Duschcoach hilft, indem er nach der voreingestellten Zeit klingelt. Duschen alle Mitglieder einer vierköpfigen Familie nur fünf Minuten am Tag, reduziert sich ihr Verbrauch mit einem Durchflussbegrenzer (zehn Liter pro Minute) um etwa 60.000 Liter pro Jahr.



# Effiziente Wärmelösung

Die Wohngenossenschaft „Neuer Weg“ eG errichtet ein CO<sub>2</sub>-sparendes Wärmenetz für bis zu 1.200 Wohneinheiten in Gera Langenberg. Dabei setzt die Genossenschaft auf das Know-how der TEAG-Tochter TWS Thüringer Wärme Service GmbH.

Text Lars Schuster Foto Bertram Bölkow

**G**rüne Wärme für Gera Langenberg: Herzstück des modernen Wärmenetzes ist ein Kraftwerk, das aus einer hocheffizienten Kraft-Wärme-Kopplungsanlage sowie einer Wärmepumpe besteht. In der KWK-Anlage werden gleichzeitig Strom und Wärme erzeugt. Die Wärmepumpe arbeitet mit Strom und hebt die aus der Umgebung gewonnene Umweltwärme aus dem Fluss auf ein für die Beheizung nutzbares Temperaturniveau an. Wenn durch regenerative Energiequellen wie beispielsweise Windkraft zu viel Strom im Netz ist, wird dieser kostengünstig bezogen und durch die Wärmepumpe genutzt. Bei zu wenig Strom im Netz produziert das Kraftwerk diesen selbst, was sich günstig auf den Wärmepreis auswirkt. Anschließend wird die produzierte Wärme über das Wärmenetz zu den angeschlossenen Wohnblöcken transportiert und der Strom in das öffentliche Stromnetz eingespeist. Aufgrund der Kapazität des Kraftwerks ist es außerdem möglich, weitere Gebäude an das Netz anzuschließen und so bis zu 1.200 Wohneinheiten mit klimafreundlicher Wärme zu versorgen. Die aktuellen Entwicklungen am Energiemarkt werden in die Planungen einbezogen. Die Modernisierung hat bereits begonnen und ab Ende 2024 soll das Quartier mit Energie versorgt werden. —



## Auf einen Blick

- Wärmebedarf pro Jahr: bis zu 8.700 MWh
  - CO<sub>2</sub>-Einsparung pro Jahr: bis zu 482.000 kg
  - ermöglicht Unabhängigkeit von fossilen Energieträgern
  - Anlagenbetrieb und -überwachung durch die TWS rund um die Uhr
  - Versorgungssicherheit durch mehrfache Redundanzsysteme
  - keine Investitionskosten in neue Technik für die Wohnungsgenossenschaft
  - keine zusätzlichen Reparaturkosten und Wartezeiten während der gesamten Vertragslaufzeit
  - Fernüberwachung und -steuerung der Wärmeerzeugung
  - umfassendes Energiemonitoring
  - 40% regenerative und CO<sub>2</sub>-neutrale Wärmeerzeugung
  - niedriger Primärenergiefaktor (< 0,5)
- ➔ [www.tws-waerme.de](http://www.tws-waerme.de)

**Die DORNBURGER Kunststoff-Technik GmbH verwandelt Kunststoffgranulat mit viel Know-how und modernster Technik in bis zu 600 verschiedene Artikel und 25 Millionen einzelne Produkte – von Baumarkt- oder Werbeartikeln über Lebensmittelverpackungen bis hin zu hochwertigen technischen Produkten im Kundenauftrag. Mithilfe der Effizienzexperten der TEAG konnte das Industrieunternehmen nachhaltig Energie in seiner Produktion einsparen.**

**Text** Lars Schuster **Foto** digitalstock – AdobeStock

# Spar, Betrieb!

## Effiziente Druckluft

Nach der Optimierung der Druckluffterzeugung und -verteilung reduzierte sich der dafür notwendige Strombedarf um 65 Prozent. Zusätzlich spart die Wärmerückgewinnung der Kompressoren einen Großteil des bisher für Heizzwecke verbrauchten Heizöls. Das Projekt wurde von der Thüringer Aufbaubank gefördert.



**Dadurch hat sich der CO<sub>2</sub>-Ausstoß um 47 Tonnen jährlich reduziert.**

## Neue Spritzgießmaschinen

Hauptstromverbraucher der Firma sind 21 Spritzgießmaschinen – sie verbrauchen 62 Prozent der elektrischen Energie. Der sukzessive Austausch ineffizienter Spritzgießmaschinen unter Nutzung von geeigneten Fördermittelprogrammen, zu denen die TEAG berät, ist geplant.



**Eine Detailanalyse ergab bis zu 55 Prozent Stromeinsparpotenzial durch den Einsatz hocheffizienter Spritzgießmaschinen.**

## Solarstrom vom Dach

Auf dem Flachdach des Produktionsgebäudes befindet sich eine 36-kWp-PV-Anlage in Folienausführung. Ihre Erweiterung ist geplant.



**Die geplante Umstellung wird den Strombezug der Firma um ca. 2 Prozent reduzieren.**

## PKW-Flotte fährt elektrisch

3 von 7 Firmen-PKW fahren seit 2021 elektrisch. Die Anschaffung weiterer E-Fahrzeuge ist geplant.



**Seitdem reduzierte sich der Flottenenergieverbrauch um 25 Prozent.**

## Energieeffiziente Kältemaschinen

2022 wurde eine neue Kälteanlage errichtet. Das klimaschädliche FCKW wurde durch das Kältemittel Propan ersetzt. Unterstützt werden soll sie mit Brunnenwasserkühlung und Außenluft.



**Der Strombezug wird sich um 8 Prozent und der CO<sub>2</sub>-Ausstoß um 49 Tonnen jährlich reduzieren.**

Sparsamzeit

# Atemlos durchs Wasser

Text Melanie Fischerr

Fotos Stefan Ernst/Niceland Studio, Guido Werner



Mit nur einem Atemzug schafft es Juliane Stein bis zu 34 Meter in die Tiefen der Meere und Seen. Während die meisten Menschen in Panik verfallen, sobald ihnen die Luft ausgeht, bewahrt die Apnoe-Taucherin aus Weimar stets die Ruhe. Pure Entspannung ist ihr Erfolgsgeheimnis. Das TEAG-Magazin ging mit ihr dafür in die Tiefe.

## Die richtige Technik

Um Apnoe-Taucher zu werden, braucht man keine Schwimmhalle oder tiefes Gewässer. Zum Trainieren reicht auch der heimische Pool oder die Badewanne. Beim sogenannten Zeittauchen oder statischem Üben liegt man flach auf der Wasseroberfläche. Doch bevor es überhaupt ins kühle Nass geht, sollte man regelmäßig ein Trockentraining absolvieren. Das lässt sich ganz einfach in den Alltag integrieren. Die Pranayama-Yoga-Übung stärkt die Zwerchfellmuskulatur.

**Und so geht's:** 4 Sekunden einatmen, 16 Sekunden die Luft anhalten und 8 Sekunden lang ausatmen. Auch der „Sonnengruß“ bietet sich perfekt als Entspannungsübung vor einem Freitauchgang an. Ein Neoprenanzug verhindert, dass der Körper auskühlt und zusätzlichen Sauerstoff verbraucht.

**Tipp:** Mit der Apnea-Trainer-App kann man sogar mit dem Smartphone üben.



**Bevor sie abtaucht, bereitet sich Juliane Stein mit Entspannungs- und Atemübungen vor.**

**S**obald Juliane Stein mit Neoprenanzug, Taucherbrille und Flossen ins kühle Nass abtaucht, hört sie nur noch ihren eigenen Herzschlag und ein Knistern im Ohr. „Da unten ist man schwerelos. Man vergisst alle Sorgen“, sagt die 23-Jährige. „Jeder negative Gedanke wird verbannt, denn der kostet nur unnötig Sauerstoff.“ Zweimal pro Woche trainiert die Psychologie-Studentin in der Schwimmhalle, zusätzlich Yoga, Atemtechnik und progressive Muskelentspannung. Abkühlung verschafft sie sich im Sundhäuser-See, im Möwensee und im Tauchersee bei Nordhausen. Mit drei Jahren absolvierte sie bereits ihr Seepferdchen. Als sie acht Jahre alt war, begann Juliane mit dem Gerätetauchen und Rettungsschwimmen. Seit 2017 taucht die Studentin Apnoe.

Das Freitauchen, bei dem der Sportler nur einen einzigen Atemzug pro Tauchgang hat, ist die älteste Form des Tauchens und gibt es bereits seit der Steinzeit. „Wirklich jeder Mensch kann es lernen. Apnoetauchen ist eine angeborene natürliche Fähigkeit“, so die Sportlerin. Julianes Bestzeit liegt bei 4:25 Minuten. Der kroatische Apnoetaucher Budimir Sobat schaffte sogar 24:33 Minuten. Doch die Gefahr des Ertrinkens schwimmt immer mit. „Ich tauche nie allein. Ein Sicherungspartner ist immer dabei“, berichtet Juliane. Einen Blackout – die Ohnmacht unter Wasser – hatte die Sportlerin nur einmal, im Sommer 2018 am Helensee. Seitdem achtet die Studentin noch mehr auf die Signale ihres Körpers. „Nach einer Minute beginnt das Zwerchfellzucken, eine Warnung, dass der Sauerstoff bald aufgebraucht ist“, erklärt sie. Je ruhiger und entspannter sie wird, desto länger kann sie den Moment genießen. So tauchte sie bereits in die Unterwasserwelt von Ägypten, Malta, Kroatien, Spanien, Portugal, Kuba, Frankreich und der Ostsee ein. Auf den Galapagosinseln kam sie Haien und Rochen nahe. Julianes Traum? „Einmal in der Silfra-Spalte in Island tauchen. Dort, wo die Nordamerikanische und die Eurasiatische Platte jedes Jahr 7 Millimeter auseinander driften, ist das Wasser glasklar.“

➔ [www.tauchsport-thueringen.de](http://www.tauchsport-thueringen.de)

# Minimal ist ein MUSS

**A**uf seinem Blog [www.einfachbewusst.de](http://www.einfachbewusst.de) schreibt der Minimalismus-Experte Christof Herrmann über sein Leben im Kleinstformat. „Minimalismus beginnt im Kopf. Man muss Platz schaffen, sich auf das Wesentliche konzentrieren.“ Materieller Überfluss, unnötige Aufgaben und negative Beziehungen entwickeln sich schnell zu Ballast. Der Experte:

„Sobald man mit dem Vereinfachen beginnt, geschieht Erstaunliches.“ Bis 2006 führte er ein Leben als Durchschnittsmaximalist. „Ich hatte einen gutbezahlten Job als IT-Fachmann, den ich allerdings hasste. In meinem Kleiderschrank hingen 90 Hemden, im Regal stapelten sich 5.000 CDs und Schallplatten. Doch innerlich fühlte ich mich völlig leer“, erinnert sich der Franke. „Ich hatte weder die Zeit noch die Kraft, das alles zu genießen.“ Erst als er alles Unnötige verkauft oder verschenkt hatte und eineinhalb Jahre auf Radweltreise ging, wurde er glücklich. „Drei Kontinente, 20.000 km und unzählige Begegnungen später kam ich völlig verändert zurück. Ich lebte unterwegs aus fünf Radtaschen, mir fehlte es an nichts. Dabei habe ich den Minimalismus für mich entdeckt.“ Seit Herrmann weniger besitzt, hat er mehr Zeit, Freiheit, Geld, Glück und Nachhaltigkeit als je zuvor.

Doch Menschen, die mit dem Gedanken spielen, sich dem Minimalismus anzuschließen, rät er, es langsam angehen zu lassen. „Man muss nicht nur 100 Gegenstände besitzen, wie manche Extrem-Minimalisten, aber auch nicht 10.000 Dinge, wie der Durchschnittsdeutsche.“ Beim Ausmisten der Wohnung hört der Minimalismus nicht auf. Auch im Freundeskreis rät Herrmann besser zu einer Handvoll guter Vertrauter als zu vielen Menschen und Verabredungen. „Man kommt auch ganz gut mit sich allein zu recht“, weiß Herrmann.



**Minimalismus ist das Trendwort der letzten Jahre. Und es scheint, als komme man einfach nicht mehr daran vorbei. Manchmal ist weniger sogar mehr, weil es sich so leichter, freier und stressloser leben lässt.**

**Text** Melanie Fischer  
**Foto** iStock

**Mehr dazu im Buch  
„Das Minimalismus-Projekt“  
von Christof Herrmann.**

## Die Erfolgswelle des Konsums

Der durchschnittliche europäische Haushalt besitzt 10.000 Dinge, in den USA sogar 30.000! Noch vor 100 Jahren kam eine deutsche Familie mit 180 Gegenständen aus. Mit dem Einzug der freien Marktwirtschaft in den 60er Jahren entstand eine Konsumgesellschaft. Die Werbeindustrie und -psychologie, weltweite Lieferketten und Amazon machen es dem Verbraucher schwer, sich dieser zu entziehen. Die chinesische Billig-Mode-Kette „Shein“ fügt ihrem Sortiment täglich 5.000 Produkte hinzu. Jeder Deutsche kauft etwa 60 Kleidungsstücke pro Jahr und trägt dabei jedes fünfte nicht!

## Macht Besitz dauerhaft glücklich?

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass das Konsumieren von Dingen glücklich macht. Während des Shoppens wird im Gehirn Dopamin, ein Glückshormon, ausgeschüttet. Schnäppchen können sogar einen kleinen Rausch auslösen. Doch das High ist nur von kurzer Dauer, bereits nach 30 Minuten flauen die Hormone wieder ab. Was oftmals bleibt, ist das schlechte Gewissen und ein Riss im Bankkonto. Dagegen bringen Reisen mit der Familie oder sogenannte „Me-Time“ langfristige Befriedigung.

MINI schlägt  
**MAXI** snusjew

Während sich der Minimalist mit möglichst wenig zufriedengibt, schlägt der Maximalist regelmäßig über die Stränge. Getreu dem Motto „Mehr ist mehr“ darf gesammelt werden, was das Zeug hält. Ob 200 Paar Schuhe, 500 Zimmerpflanzen, 1.000 Schallplatten oder Bücher, bis das Regal kracht – der Maximalist geht bis an seine Grenzen. Das obsessive Sammeln von Gegenständen, die man eigentlich nicht braucht, definiert die Lebensweise wohl am besten.

## Theorie der 100 Dinge

**Wie viel braucht der Mensch wirklich?** Sogenannte Extrem-Minimalisten befolgen die Theorie der 100 Dinge. In Ratgebern und auf YouTube geben sie Tipps für Totalverkäufe des gesamten Hab und Guts oder präsentieren ihre fast leeren Wohnungen.

Um mit 100 Dingen leben zu können, braucht es nicht nur Verzicht und Disziplin, sondern auch Einfallsreichtum. Gegenstände müssen für möglichst viele Situationen notwendig sein, ähnlich wie ein Multifunktionswerkzeug. 100 Dinge passen in zwei Koffer und zwei Kartons.

## Methoden für Einsteiger

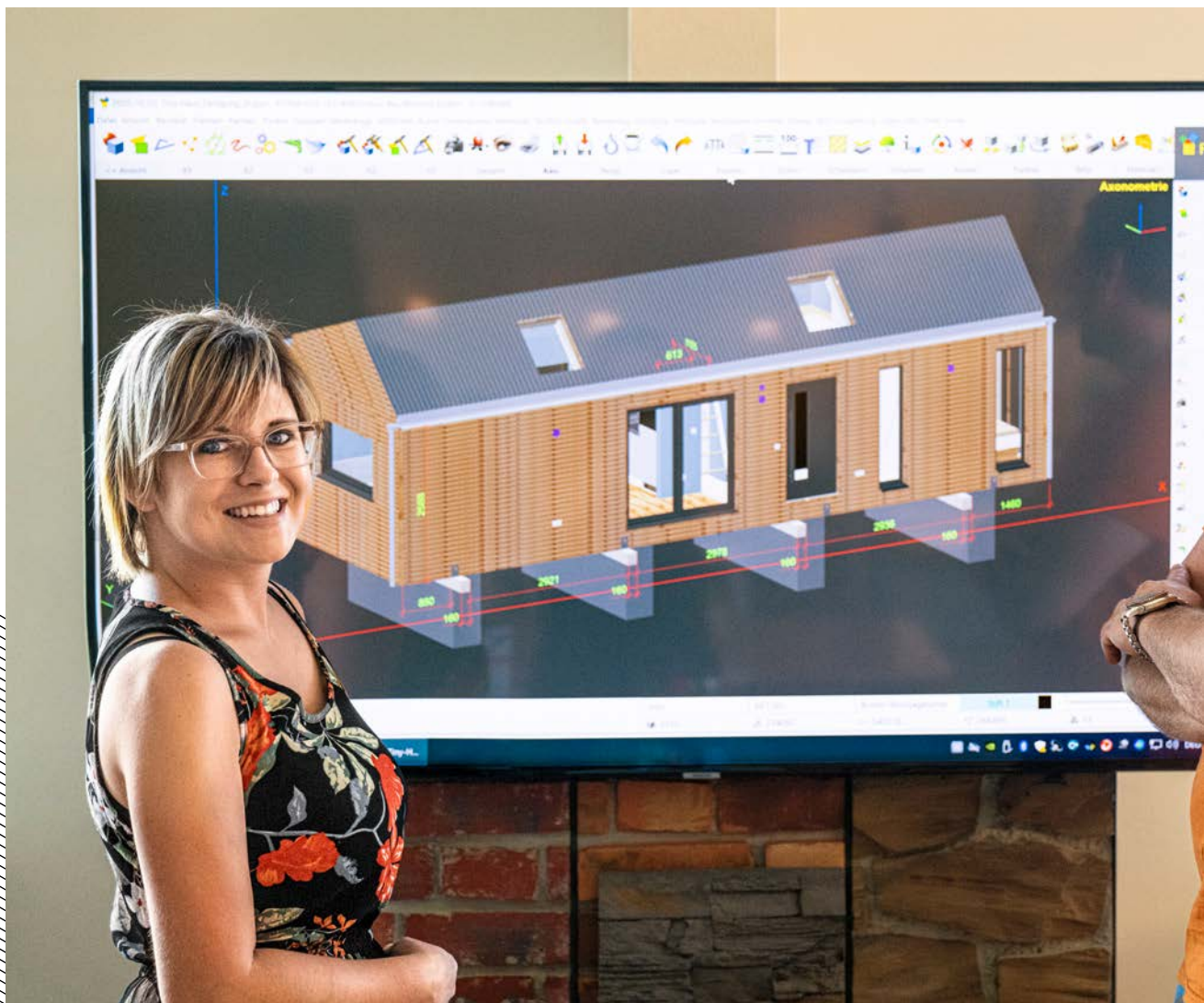
Bei der „Eat the Frog first“-Methode wählt man aus seinen Lieblingssachen einen Gegenstand aus, den man verschenkt oder verkauft. Hart, aber damit soll gezeigt werden, dass die mentale Stärke größer ist als der Besitzanspruch.



Bei der „KonMari“-Methode darf man behalten, was glücklich macht.

Bei der „Korb-Methode“ landet unnützes Zeug aus jedem Raum in einem Korb und wird verkauft oder verschenkt.

Text Melanie Fischer  
Fotos Guido Werner



**O b e n**  
Lisa Gehlau  
hat ihr Tiny  
House gemein-  
sam mit Cousin  
und Geschäfts-  
partner Marcus  
Röhrich von  
INDOORBAU  
Röhrich GmbH  
entworfen.

**L i n k s**  
Klein, aber  
oho: Solar-  
panels bringen  
Sonnenergie  
ins Tiny House.

**R e c h t s**  
Interessenten  
lädt Lisa  
Gehlau zur  
Besichtigung  
ins Muster-  
häuschen ein.







# Klein, aber oho!

**Schon die Oma sagte:  
„Platz ist in der kleinsten  
Hütte!“ Und recht hat sie.  
Das beweist Lisa Gehlau,  
die in Arnstadt ein Tiny  
House baut.**

**W**er will schon in einem großen zugigen Schloss wohnen, wenn man es sich auch in einem 1-Raum-Häuschen gemütlich machen kann? Mit einem Tiny House, zu deutsch „winziges Haus“, lässt sich der Wohnraum auf ein Minimum reduzieren. Da zieht unnötiger Ballast erst gar nicht mit ein. Die aus Neuseeland und Amerika stammende Bewegung, die Leben in kleinen Häusern auf Rädern propagiert, schwappt nun auch nach Thüringen. In Heiligenstadt gibt es sogar schon eine komplette Siedlung dieser Raumsparwunder.

## Not macht erfinderisch

Lisa Gehlau von Tiny Concept aus Arnstadt baut die winzigen Häuser. Sie erfüllt den Traum vom Eigenheim auf gerade mal 39 m<sup>2</sup> Wohnfläche. „Eine Herausforderung, der ich mich gern stelle“, so die Firmenchefin. Ihre Familie baut schon seit Generationen Bäckereien, Schmuckfachgeschäfte und Arztpraxen aus. Als während der Pandemie die Auftragslage kippte, begann die

junge Mutter im Oktober 2020 gemeinsam mit dem Familienunternehmen INDOOR-BAU Röhrich als Partner kleine Eigenheime zu bauen. „Tiny Concept ist mein Baby“, erzählt sie, während sie von ihrem Stuhl aufsteht und damit beginnt, durch ihr Musterhaus und den Firmensitz zu führen.

## Ein Raumwunder

Der kleine Flur ist geräumig, alles ist hell und gemütlich. „Mir war wichtig, mit möglichst vielen natürlichen Rohstoffen zu arbeiten“, erzählt Gehlau. „Das Gerüst des Hauses besteht aus Holzständerwänden, die wir von regionalen Lieferanten beziehen. Die Dämmung besteht aus Holzwole. Innen nutzen wir Lehmputz, der ist atmungsaktiv, nimmt Feuchtigkeit und Gerüche schnell auf.“ Außerdem verhindere er im Sommer ein Überhitzen des Raumes. Zusätzlich sorgt eine Klimaanlage für Frischluft. In der Einbauküche könnte man ein Vier-Gänge-Menü zaubern, genug Töpfe und Kochutensilien verstecken sich in den Schränken. Zusammen mit dem Wohnbereich kann man auf 17,25 m<sup>2</sup> entspannen. Eine kleine Wellness-Oase verbirgt sich im 3,75 m<sup>2</sup> großen Badezimmer. Für ein Nickerchen steigt man die 8 Stufen zum 7 m<sup>2</sup> großen Schlafboden rauf.

## Kleines Paradies

„Natürlich hätte eine Großfamilie in einem Tiny House keinen Platz“, so die Firmenchefin. „Aber für Singles und Paare reichen 39 m<sup>2</sup> zum Wohnen.“ Man spare Zeit, Geld und Nerven. Denn wer wenig hat, muss wenig suchen und der Wochenputz sei auch schnell erledigt. In nur 5 Monaten ist das Haus lieferfertig. Eine Wertanlage ist es auch. Weil es nicht mit dem Fundament verankert ist, kann das Gebäude an den gewünschten Ort transportiert werden. So kann man es umsiedeln oder verkaufen. Was kostet das kleinste Eigenheim? „Für 90.000 Euro bekommt man die Do-it-Yourself-Variante. Wer es schlüsselfertig mag, muss schon 177.000 Euro zahlen.“

➔ [www.tiny-concept.de](http://www.tiny-concept.de)



**In immer mehr Thüringer Kommunen bieten Repaircafés Hilfe zur Selbsthilfe. Das Interesse daran, lieb-gewonnenen Geräten ein zweites Leben einzuhauchen, ist riesig.**

# Reparieren statt Wegwerfen

**A**n jedem ersten Montag eines Monats können aufmerksame Besucher des Hauptmarkts in Gotha ein ungewöhnliches Phänomen beobachten. Immer wieder sind Menschen zu sehen, die mit alten Elektrogeräten unterwegs sind. Mal überquert eine Dame mit einem alten Lampengestell den großen Platz, mal schleppt jemand seinen Fernseher in das Gebäude des Mehrgenerationenhauses gleich unterhalb des Schlosses Friedenstein. „Wir sind auf dem Weg ins Repaircafé“, erklärt ein Herr mit einem alten Radio unter dem Arm etwas kurz angebunden. Beim Besuch im Obergeschoss des Hauses wird klar, warum er so in Eile ist: Mindestens zwei Dutzend Besucher warten im Vorzimmer im zweiten Stock des Hauses darauf, dass sie an die Reihe kommen. Wer zu spät dran ist, muss bis zum nächsten Monat warten.

**Rechts**  
Chefbastler Benjamin Heinemann beweist bei der Reparatur eines Handys Fingerspitzengefühl.

**Oben**  
Nachhaltiges Ehrenamt: Der ehemalige Fachschullehrer Günter Ehle hat den Dreh raus.

**Unten**  
Uschi Thielow hat das Repaircafé mit ihrem Enkel ins Leben gerufen.



Text Andreas Göbel

Fotos Guido Werner

## „Hilfe zur Selbsthilfe“ ist gefragt

„In den vergangenen Monaten hat sich die Nachfrage extrem gesteigert“, erzählt Uschi Thielow, die die „Hilfe zur Selbsthilfe“ gemeinsam mit ihrem Enkelsohn Benjamin Heinemann ins Leben gerufen hat. Ihr Enkel ist zu diesem Zeitpunkt bereits vollauf damit beschäftigt, die vielen Hilfesuchenden und das Reparaturteam zu koordinieren. „Die meisten haben Verständnis, dass in den drei Stunden, die wir geöffnet haben, nicht alle drankommen können. Immerhin machen wir das ja alles ehrenamtlich.“ Wegen der großen Nachfrage darf jeder nur ein Gerät mitbringen.

Das Prinzip ist einfach: „Ob Toaster, Smartphone, Hose oder Stuhl – mitbringen kannst Du alles, was Du allein tragen kannst“, heißt es im Flyer. Besucher kön-

QR-Code scannen und mehr über Repaircafés in Thüringen erfahren.



nen sich entscheiden, ob sie bei der Reparatur unter Anleitung mithelfen oder alles in die Hände des Teams legen. „Uns ist es natürlich lieber, wenn die Besucher mitmachen. Das entspricht eher der Grundidee“, erklärt der Chefbastler, während er einen mitgebrachten Akku-Staubsauger unter die Lupe nimmt. Die Reparaturzeit ist kostenlos, für Ersatzteile müssen die Besitzer selbst aufkommen. In vielen Fällen seien das Centbeträge.

Im eigentlichen Reparaturraum sitzt etwa ein halbes Dutzend Männer und Frauen aller Altersstufen. Einige sind in ihre Projekte vertieft, andere besprechen gemeinsam Probleme, die schwieriger zu lösen sind. Nebenbei wird viel gelacht, die Atmosphäre ist freundlich und einladend. Die 78-jährige Roswitha Otto, die 28 Jahre als Mechanikerin gearbeitet hat, ist wie die meisten anderen Bastler ins Team gekommen, weil sie selbst einmal etwas zur Reparatur vorbeigebracht hatte. „Es gibt nichts, was ich nicht repariere“, erklärt sie gut gelaunt. Ein paar Meter weiter testet der ehemalige Fachschullehrer Günter Ehle einen Radioempfänger, der keinen Empfang mehr hat und nur noch rauscht. „Inzwischen haben wir uns in der Thüringer Szene einen Ruf als Spezialisten für solche komplexen Elektrogeräte erarbeitet“, erzählt Benjamin Heinemann. Besucher kämen sogar aus Eisenach oder Mühlhausen. In vielen größeren Städten gebe es inzwischen ähnliche Angebote, die meisten seien untereinander gut vernetzt.

## Bastler werden immer gesucht

Angefangen hat die Erfolgsgeschichte des Gothaer Repaircafés im Jahr 2017. Nach einer Anfrage des Mehrgenerationenhauses hatte sich der Koch und Eventmanager Benjamin Heinemann bereit erklärt, ein Repaircafé anzubieten – allerdings nur unter der Voraussetzung, dass Oma Uschi mit ihrer Nähmaschine auch mitmacht. Mittlerweile ist das Team auf 15 Ehrenamtliche angewachsen – vom Schüler bis zum Rentner ist jede Generation vertreten. In etwa 86 Prozent der Fälle sei die Reparatur erfolgreich. Das habe sich mit der Zeit herumgesprochen. Einen zusätzlichen Schub habe der Reparaturbonus gebracht. Damit unterstützt das Land Thüringen die Idee. Das Land trägt die Hälfte der Ersatzteilkosten ab einem Wert von 25 Euro, maximal kann eine Förderung von 100 Euro pro Person und Jahr beantragt werden. „Wir sind immer auf der Suche nach Helfern, die unser Team verstärken“, erklärt Benjamin Heinemann. Wichtig sei ein Hang zum Basteln, Vorkenntnisse seien hilfreich, aber nicht zwingend nötig.



Über sie gibt's eine eigene Wissenschaft: Die Nanologie befasst sich mit Gartenzwerge.

# Wo die Zwerge wohnen

**H**ätten Sie gedacht, dass Gartenzwerge keine urdeutsche Erfindung sind? In einer Thüringer Manufaktur in Gräfenroda werden sie seit 1874 traditionell aus Ton hergestellt, ihre Vorfahren stammen aber aus dem Osten der Türkei. Hier soll es ähnliche Figuren nämlich schon im 13. Jahrhundert gegeben haben: Als kleinwüchsige Sklaven für die Arbeit in engen Bergwerksschächten eingesetzt wurden, stellten die Menschen kleine Tonfiguren mit den für die Region typischen phrygischen Mützen auf, um sich vor den übernatürlichen Kräften der Bergmänner zu schützen. Venezianische Kaufleute brachten die Figuren nach Italien und im 15. Jahrhundert schmückten die ersten Zwerge dann Schlossgärten in Deutschland.

**Zwergen-Park Trusetal**  
**Öffnungszeiten: Täglich 10–17 Uhr**  
**(von Ostern bis Ende Oktober)**  
 ➔ [www.zwergen-park.de](http://www.zwergen-park.de)

**Wer Thüringen erleben will, erhält mit der Thüringer Wald Card an vielen Orten Rabatt – auch im Reich der Zipfelmützen.**

**Text** Maria Posselt  
**Foto** Zwergen-Park Trusetal



**Zipfel auf!**  
 Egal ob klassisch oder modern: Über 2.500 verschiedene Gartenzwerge können Besucher jedes Jahr von Ostern bis Ende Oktober im Zwergen-Park Trusetal bestaunen. Das gut 5.000 Quadratmeter große Areal lässt sich sowohl zu Fuß als auch mit der parkeigenen Bimmelbahn erkunden – zu sehen gibt es unter anderem einen Zwergenbaum, an dem die Wichtel in Früchten heranwachsen, oder eine Seilbahn für Zwerge. Auf der Zwergen-Golf-Anlage mit 18 Löchern dürfen die Besucher ihre Geschicklichkeit unter Beweis stellen. Kinder können sich auf dem Trampolin oder am Kletterfelsen austoben. Mehr zur Geschichte der Gartenzwerge erzählen die Exponate im Haus des Zwerges, das auch das Thüringer Gartenzwerg-Museum beheimatet. Wenn der Hunger kommt, lädt die benachbarte Schänke im urigen Ambiente zu einer Stärkung ein.



**Neues aus der**  
**TEAG**

Serviceangebote und Produkte der  
**TEAG Thüringer Energie AG**

**TEN Thüringer Energienetze GmbH & Co. KG**

**Thüringer Netkom GmbH**

**TWS Thüringer Wärme Service GmbH**

**TEAG Solar GmbH**

**TMZ Thüringer Mess- und Zählerwesen Service GmbH**

# Die Weichen neu stellen

Bei der TEAG absolvieren nicht nur viele junge Menschen ihre Erstausbildung. Die TEAG Akademie ist auch für einen beruflichen Neuanfang die beste Adresse, wie diese drei Erfolgsgeschichten beweisen.

**Jetzt für das Ausbildungsjahr 2023 bewerben**

Wer sein berufliches Glück noch einmal in die Hand nehmen möchte, dem stehen die Türen der TEAG Akademie weit offen. Der Energieversorger bietet hierfür Umschulungen und Weiterqualifizierungen an, um den eigenen Fachkräftebedarf in einer sich immer schneller drehenden Energiewelt zu decken. Das eröffnet Menschen mit Berufserfahrungen ganz neue Perspektiven.



**Die TEAG bietet Umschulungen im Kaufmännischen Bereich, IT-Bereich und im Gewerblich-technischen Bereich:**



**„Es gab keine Schwierigkeiten.“**

**Moayad Mamo (25) kommt ursprünglich aus Syrien und hat kürzlich seine TEAG-Umschulung zum Fachinformatiker abgeschlossen.**

**Herr Mamo, in welchem Beruf haben Sie ursprünglich gearbeitet und was hat Sie zu einer Umschulung bewogen?**

Ich habe in der Logistik gearbeitet. Außerdem hatte ich vor meiner Flucht nach Deutschland vor fast sieben Jahren in Syrien ein Jahr die Uni besucht. Freunde, die bereits bei der TEAG arbeiten, haben mir das Unternehmen empfohlen. Die vielfältigen und zukunftssicheren Weiterbildungsmöglichkeiten haben mich dann endgültig überzeugt.

**Traten bedingt durch Ihren Migrationshintergrund besondere Herausforderungen während Ihrer Umschulung auf?**

Nein, denn ich war gut vorbereitet und habe immer sehr viel geübt – besonders die Fachbegriffe, die für die Ausbildung wichtig waren. Wie alle wissen, ist die syrische Kultur ein bisschen anders als die europäische. Aber man kann trotzdem alles lernen und sich integrieren.

**Was machen Sie heute im Unternehmen?**

Ich beschäftige mich mit der Konfiguration und Administration der Server und der Netzwerkumgebung, entwickle neue Plattformen und betreue die Betriebssysteme.

**Was schätzen Sie an Ihrer Arbeit?**

Insbesondere die Zusammenarbeit mit den Kollegen, das gute Arbeitsklima und unser gemeinsames Mittagessen.

**„Besser hätte es nicht kommen können.“**

**Katharina Günther (37), ehemalige Frisörmeisterin, freut sich über ihre Umschulung zur Industriekaufmannin bei der TEAG Akademie.**



„Eigentlich bin ich Handwerkerin von Natur aus und hätte nie gedacht, dass ich mal im Büro landen würde. Aber dann musste ich gesundheitsbedingt beruflich umsatteln. Auf einer Berufsmesse vor zehn Jahren kam ich zur TEAG – damals noch E.ON. In der Umschulung lernte ich viele Bereiche des Unternehmens kennen und wurde am Ende selbst zur Ansprechpartnerin für die Azubis im Sekretariat der TEAG Akademie. Es war sicher gut, dass ich eine gewisse Lebenserfahrung mitbrachte und als Frisörmeisterin bereits eine Ausbildungsberechtigung besaß. Auch privat habe ich viel mit jungen Leuten zu tun. Ich trainiere seit Jahren die Jugendgarde im Faschingsverein Gebesee. Die Umschulung erwies sich als Glücksfall: Die Arbeit ist vielseitig und macht Spaß, ich bekomme positives Feedback. Die Bezahlung und Sozialleistungen sind viel besser als in der Frisörbranche und ich kann das Familienleben mit meinen kleinen Zwillingen und den Beruf prima miteinander vereinbaren.“



## „Man muss sich reinfuchsen.“

**Hartmut Bochhammer (29) arbeitet nach seiner Umschulung zum Industrieelektriker auf dem Leitstand des TEAG-Heizkraftwerkes in Bad Salzungen. Seine IHK-Prüfung schloss er als einer der besten seines Jahrgangs ab.**

Nach zehn Jahren als Werkzeugmechaniker sah Hartmut Bochhammer keine Perspektive in diesem Beruf: „Da wird viel automatisiert und die ganze Branche ist im Umbruch.“ Auf einer Berufsmesse in Schmalkalden lernte er die TEAG kennen und entschied sich für eine Umschulung zum Industrieelektriker. „Ich habe mir das durchgerechnet. In den anderthalb Jahren Umschulung hatte ich zunächst weniger Geld und musste nach Erfurt pendeln, aber langfristig hat es sich gelohnt.“ Er schätzt die Sicherheit des Jobs bei der TEAG, den kurzen Arbeitsweg und die Abwechslung in seiner Tätigkeit. Als Leitstandsfahrer muss er unter anderem das An- und Abfahren der Gasmotoren überwachen, Fehlermeldungen einschätzen und Kontrollgänge vornehmen. Das Arbeiten im Schichtsystem macht ihm nichts aus: „Das wird alles ein Jahr im Voraus geplant, da weiß man, worauf man sich einlässt.“ Am Ende würden sich seine Ausbildung und die Umschulung gut ergänzen, findet der junge Vater.

**Text** Dörthe Gromes  
**Fotos** Guido Werner

## Kombinieren und dauerhaft sparen

Wer Ökostrom der TEAG und schnelles Internet der Thüringer Netkom (TNK) gleichzeitig bucht, erhält zwei Thüringer Produkte in einem, also Thüringen<sup>2</sup>.

Mit dem Kombiangebot ThüringenHOCHzwei nutzen Neukunden seit knapp einem Jahr die Vorteile der TEAG-Gruppe. Durch den gleichzeitigen Abschluss eines Strom- und Internetvertrages über eine Online-Bestellstrecke können sie beide Produkte beziehen und dabei sparen.

Nun geht das Kombiangebot Thüringen<sup>2</sup> noch einen Schritt weiter und ist auch für Bestandskunden bei Strom bzw. Internet online abschließbar. Bestandskunden der TEAG können ganz einfach über das EnergieBanking-Portal einen Internetvertrag ab 100 Mbit/s abschließen und vom jährlichen 50-Euro-Kombibonus profitieren. Den Bonus erhalten auch die Kunden der Thüringer Netkom, wenn sie aus ihrem Kundenportal heraus einen Stromvertrag abschließen. Der jährliche Kombibonus ThüringenHOCHzwei wird dabei automatisch von der Strom-Jahresabrechnung abgezogen.

## Thüringen<sup>2</sup>

Die Power-Kombi aus **Strom** und **Internet**



Einfach QR-Code scannen und Angebot sichern:



# 1.079.124

konten im Jahr 2021 durch **Privatkunden der TEAG eingespart** werden. Erreicht wurde das durch Umstellungen von Öl- und Gasheizungen auf Wärmepumpen und moderne Hybridgeräte sowie durch umfangreiche Beratungsleistungen und Analysen im Bereich der Gebäudeenergieeffizienz.



➔ [www.teag.de/  
Privatkunden/  
Energieloesungen](http://www.teag.de/Privatkunden/Energieloesungen)

# kg CO<sub>2</sub>





- 100% Ökostrom
- Schnelles Internet ab 100 Mbit/s
- Jährlich 50-Euro-Kombibonus auf die Stromrechnung

#### So funktioniert's:

Als Kunde der TEAG beziehen Sie bereits Ökostrom. Über unser Kundenportal EnergieBanking können Sie einfach prüfen, welcher Tarif der Thüringer Netkom für Sie verfügbar ist, und diesen direkt abschließen. Der jährliche Bonus ThüringenHOCHzwei in Höhe von 50 Euro wird automatisch von Ihrer Strom-Jahresabrechnung abgezogen.

**Haben Sie Fragen zu Thüringen??  
Schreiben Sie unserem Kundenservice unter kundenservice@teag.de oder rufen Sie uns an unter 03641-8171111.**



Hier geht's zum EnergieBanking:



## Alles auf einen Klick!

**Auch in schwierigen Zeiten den Überblick behalten – das funktioniert mit dem EnergieBanking der TEAG mit wenigen Klicks. Einfach einmalig registrieren und dann rund um die Uhr und ohne Wartezeiten die Vorteile des Serviceportals nutzen:**

- Passen Sie Ihre Abschläge schnell und unkompliziert an
- Melden Sie ganz einfach Ihre Zählerstände
- Managen Sie die Abrechnung mehrerer Abnahmestellen (z. B. die Zweitwohnung)
- Wechseln Sie einfach in andere Produkte
- Checken Sie alle wichtigen Dokumente wie Rechnungen, Preisanschreiben und Abschlagsanpassungen
- Buchen Sie die Angebote der TEAG, die Ihnen beim Energiesparen helfen

**Freistart sichern:**  
Einfach bis zum 7. Oktober  
2022 eine E-Mail mit dem  
Kennwort „Legende“ an  
[redaktion@teag.de](mailto:redaktion@teag.de)  
schreiben und einen von  
drei Freistarts gewinnen.



**Saubär!**

Schlamm, Schmerz und Glücksgefühle sind drei Zutaten, auf die sich die Starter des TEAG - LEGEND OF CROSS am 29. und 30. Oktober freuen dürfen. Wer teilnehmen möchte, hat die Wahl zwischen drei Streckenlängen über 10, 17 und 27 Kilometer. Der wohl härteste Crosslauf Thüringens führt über Stock und Stein rund um die Drei Gleichen in Thüringen. Ach ja, schlammig wird's natürlich auch ... Eine solche Herausforderung kann man allein meistern oder man sucht sich Verstärkung in einem Team mit mindestens fünf Startern - so wie Titelsponsor TEAG. Das TEAG-Team ist allerdings mit mehr als 70 Energiebündeln am Start. —

**Mitmachen und selbst zur Legende werden** ➔ [www.legendofcross.de](http://www.legendofcross.de)

# Alte Mauern, neues Leben

Anfang Juni feierten etwa 9.000 Besucher die Wiedereröffnung des Schlosses Ehrenstein in Ohrdruf. Das imposante Renaissancebauwerk wurde zwischen 1550 und 1590 auf den Überresten einer Kirche aus dem 8. Jahrhundert errichtet. Bis 1631 residierten hier die Grafen von Gleichen. Anschließend wechselten die Besitzer, bis die Stadt Ohrdruf Anfang der 1990er Jahre Eigentümer wurde und das Schloss sanierte. Ein Großbrand im No-

vember 2013 zerstörte den Ostflügel mit der Bibliothek, den Süd- und den Westflügel sowie große Teile des Museums. Der Wiederaufbau war eine große Herausforderung, die zeitgleich Chancen eröffnete: Denn die Innenräume von Museum und Bibliothek konnten komplett neu konzipiert werden und vereinen heute historische Bausubstanz mit moderner Architektur.

Im Südflügel wurde durch das Unglück eine Renaissance-Halle wiederentdeckt, die das Museum jetzt als Ausstellungsraum nutzt. Seit der Wiedereröffnung ist das Schloss barrierefrei zugänglich, Bibliothek und Touristinformation teilen sich nun einen Standort und bieten längere Öffnungszeiten an. „Mein persönliches Highlight ist aber der Kubus Magicus“, erklärt Jennyfer Klippstein von der Stadtverwaltung. „In der rundum verspiegelten Raum-im-Raum-Installation entsteht ein Gefühl der Unendlichkeit: Auf 14 LED-Flächen laufen acht Filme gleichzeitig, damit der Besucher in 2.000 Jahre Ohrdruffer Stadtgeschichte eintauchen kann. Dieses Erlebnis gibt es so nur bei uns.“

➔ [www.ohrdruf.de](http://www.ohrdruf.de)



## Tierische Energieexperten

Unsere drei Protagonisten wissen, wie man Energie besonders effizient einsetzt. Welche Antwort ist die richtige?



**Der Anglerfisch** besitzt eine leuchtende Angel am Kopf, die er für die Jagd oder zur Partnersuche einsetzt. Was ist das Geheimnis seines Lichts?

- A1:** Er verlässt die Tiefsee zeitweise, um Licht in der Nähe der Wasseroberfläche zu speichern.
- A2:** Er besitzt einen körpereigenen Stromkreis, den er für das Leuchten „anzapfen“ kann.
- A3:** Der Anglerfisch lebt in Symbiose mit leuchtenden Bakterien, die sich an seiner Angel ansiedeln.



**Der Eisbär** kann selbst bei Temperaturen um den Gefrierpunkt stolze 95 Prozent des Sonnenlichts in Energie umwandeln. Was steckt hinter der Energieeffizienz des weißen Riesen?

- B1:** Er besitzt keinen natürlichen UV-Schutz.
- B2:** Das Sonnenlicht kann über seine fellfreie Schnauze aufgenommen und im Körper gespeichert werden.
- B3:** Sein Fell leitet das Licht auf die darunterliegende tiefschwarze Haut, wo es in Wärmeenergie umgewandelt wird.



**Der Zitteraal** kann Spannungen bis zu 860 Volt erzeugen. Zu was inspirierte dieses bemerkenswerte Tier den bekannten Physiker Alessandro Volta?

- C1:** Zum Design der ersten Batterie – der Volta-Säule.
- C2:** Zur Volta-Uhr – der Vorgängerin der heute bekannten Armbanduhr.
- C3:** Er baute das Volta-Auto, ein Vorgänger des heute gängigen E-Autos.



**- Jetzt -  
abräumen**

Lösen Sie unser tierisches Rätsel und gewinnen Sie eines von fünf Dreiersets mit programmierbaren Thermostaten von Eurotronic, einen von fünf Duschsparköpfen von Hansgrohe oder einen Turbo-Wasserkocher von Hamilton Beach.

**Des Rätsels Lösung**  
Senden Sie einfach eine frankierte Postkarte oder eine E-Mail mit Ihrem Absender und den richtigen Antworten an: **TEAG Thüringer Energie AG, Kennwort: Tierrätsel, Postfach 90 01 32, 99104 Erfurt, E-Mail: teagmagazin@teag.de, Einsendeschluss: 7. Oktober 2022**

**Teilnahmebedingungen für alle Gewinnspiele in dieser TEAG-Magazin-Ausgabe:** Teilnahmeberechtigt sind alle, die mindestens 18 Jahre alt sind und ihren Wohnsitz in der Bundesrepublik Deutschland haben. Jede Person darf nur einmal am Gewinnspiel teilnehmen. Die Teilnahme über automatisierte Massenteilnahmeverfahren Dritter ist unzulässig. Der Gewinn wird unter allen richtigen Lösungen verlost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn wird nicht in bar ausbezahlt. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Sofern sich der Gewinner auf eine Gewinnerbenachrichtigung nicht innerhalb von zwei Monaten meldet, verfällt der Gewinn und es wird ein Ersatzgewinner ausgelost. Der Versand der Gewinne erfolgt nur innerhalb Deutschlands. **Informationen gemäß Art. 13 DSGVO:** Verantwortliche Stelle: Thüringer Energie AG, Schwerborner Straße 30, 99087 Erfurt, Telefon: 0361 652-0, E-Mail: datenschutz@teag.de, Datenschutzbeauftragte: TEAG Thüringer Energie AG. **Zweck der Datenverarbeitung:** Die von Ihnen angegebenen personenbezogenen Daten werden zur Durchführung des Gewinnspiels verwendet. Rechtsgrundlage ist hierfür Art. 6 Abs. 1 lit. a). Die Teilnahme am Gewinnspiel erfolgt freiwillig, ohne Koppelung an sonstige Leistungen. Weitere Informationen zum Datenschutz können Sie unserer Datenschutzerklärung entnehmen, die unter [www.teag.de/Datenschutz](http://www.teag.de/Datenschutz) abrufbar ist oder die Sie postalisch anfordern können.

## - Zusammen - wachsen

Vom 1. bis 3. Oktober feiert Erfurt die Wiedervereinigung mit einem bunten Bürgerfest. Dazu präsentieren sich alle 16 Bundesländer in der Landeshauptstadt. Auf einer Erfurt-Meile auf der Rathausbrücke präsentiert die Landeshauptstadt den Besuchern typische Produkte, Handwerk und Traditionen. Da die TEAG in den vergangenen 32 Jahren den Freistaat mit viel Energie nach vorne gebracht hat, zeigt das Unternehmen auf dem Domplatz auf einem Infostand sein Leistungsspektrum.

➔ [www.erfurt.de/TdDE2022](http://www.erfurt.de/TdDE2022)



NEWSLETTER

**Aktuell  
informiert**

Bestellen Sie den TEAG-Newsletter und bringen Sie frischen Wind in Ihr Postfach.

➔ [www.teag.de/ueber\\_uns/  
Mediathek/Newsletter](http://www.teag.de/ueber_uns/Mediathek/Newsletter)



Werde Teil des TEAG-Teams  
Interessante Jobs rund um die  
Energieversorgung von morgen

Jetzt  
bewerben auf  
TEAG.de

Ob nachhaltige Wärmeversorgung, Ausbau der Erneuerbaren oder umweltschonende Mobilität – die TEAG-Gruppe bietet Berufseinsteigern und Profis interessante Jobs rund um die Energieversorgung von morgen. Jeder, der sich in zukunfts- und gesellschaftsrelevante Themen einbringen und deren Lösungen persönlich mitgestalten möchte, findet bei der TEAG-Gruppe spannende Aufgaben.

**Zudem bieten wir als Arbeitgeber attraktive Benefits:**

- ✓ **Zukunftsfähig** – mit breit gefächerten Einsatzgebieten rund um Energie, Wärme und Internet
- ✓ **Sicher** – zu 100% kommunales Unternehmen
- ✓ **Innovativ** – mit digitalen Lösungen für eine zuverlässige und nachhaltige Daseinsvorsorge
- ✓ **Familienfreundlich** – mit betriebseigenem Kindergarten und zertifizierter Work-Family-Balance
- ✓ **Zentral** – mit Hauptstandort in Erfurt, verkehrsgünstig an der A4 und A71 gelegen

